

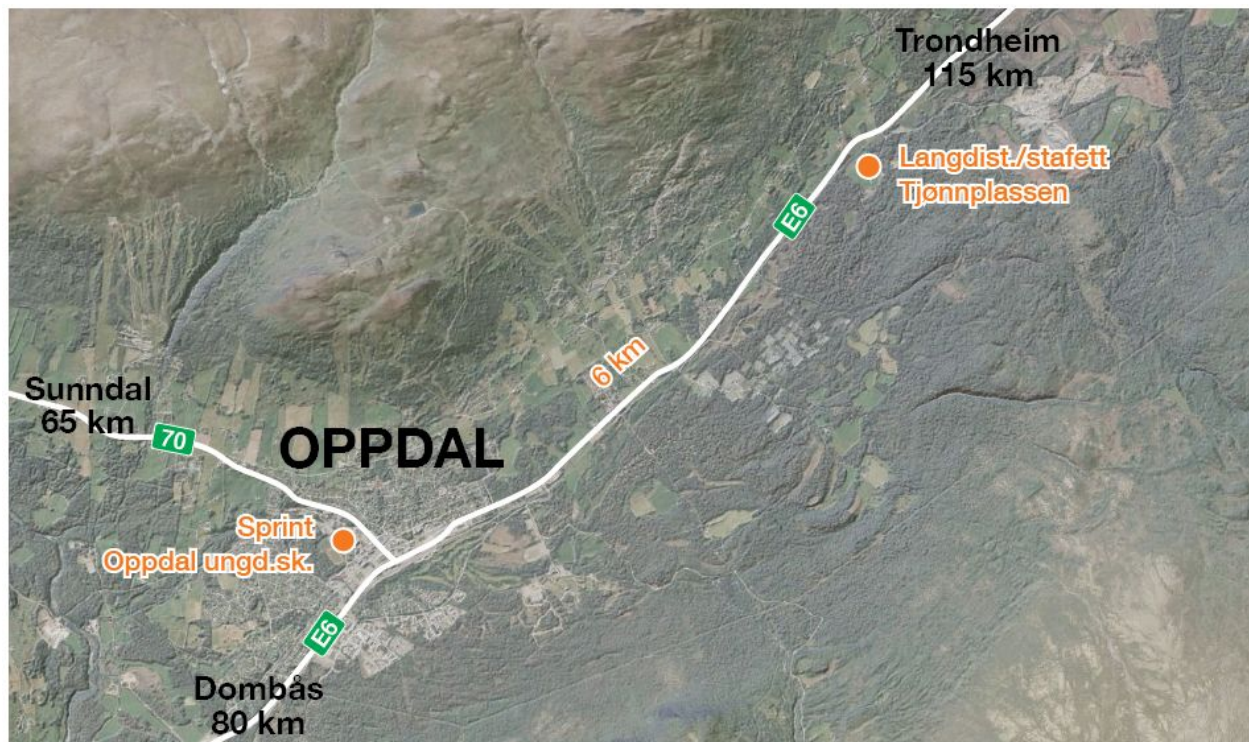
Sportsklubben Freidig



Wing Orienteringsklubb

# Midt-Norsk Mesterskap Oppdal, 24–26 august 2018

## *Innbydelse*



	<b>Sprint fredag 24. aug</b>	<b>Langdistanse lørdag 25. aug.</b>	<b>Stafett/lagkonk. søndag 26. aug.</b>
<b>Arrangør</b>	Wing OK	Sportsklubben Freidig	
<b>Arena</b>	Oppdal ungd.skole	Ved Tjønnplassen, 6 km NØ for Oppdal	
<b>Parkering</b>	Nær arena	Nær arena	
<b>Første start</b>	18:30	11:00	10:00
<b>Kart</b>	Oppdal sentrum 1:5 000 Utgitt 2018 Synfart av Offtrack	Stortjønna 1:10 000 / 1:7 500 Kartet er nytegnet i 2018, og overlapper noe med terrenget som ble brukt til O-Festivalen 2017. Synfart av Kristen Treekrem	
<b>Terreng</b>	Blanding av boligområde, skog, institusjonell bebyggelse og sentrumsområde.	Arena ligger på 550 moh. Løpsterreng strekker seg fra denne høyden opp mot 900 moh. Terreng er variert og løpsområdet inneholder flere ulike terrengtyper. I den laveliggende delen er det gropterreng med furuskog. Oppover i skrålia tar bjørkeskogen over. Skrålia opp mot fjellet inneholder både meget detaljrike partier og detaljfattige områder med innslag av myr. Det er stedvis mye stein av varierende størrelse. Løpbarheten er generelt god.	
<b>Karteksempel</b>		  	

## Påmelding

Påmelding skjer i [Eventor](http://eventor.orientering.no) (eventor.orientering.no). Løperne må melde seg på i hvert enkelt løp. Ordinær påmeldingsfrist er fredag 17. august kl 23:59. Etteranmelding til ordinære klasser innen onsdag 22. august kl 23:59. For løpere i klasser fra og med 13 år er det et etteranmeldingsgebyr på 50%. Etter 22.august vil det i utgangspunktet kun være mulig å melde seg på i direkteklasser.

## Lagoppstilling

Frist for innlevering av lagoppstilling på stafett og lagkonkurranse er lørdag 25. august kl 17:00 i [Eventor](http://eventor.no).

## Startkontigenter

	Klasser opp til 16 år	Klasser fra 17 år og eldre
Sprint og Langdistanse	110,-	220,-
Stafett (per lag)	330,-	660,-
Lagkonkurranse	110,- per løper	
Direkteløyper	110,-	

Norske klubber faktureres i etterkant. Utenlandske løpere/klubber betaler ved avhenting av lagspose.

## Stemplingssystem

EMIT. Det vil være et begrenset antall brikker som kan leies for 50,- per løp.

## Parkering

Gratis parkering ved arena på fredag.

Lørdag og søndag er det parkering nær arena, med en avgift på kr 50,- pr dag. Avgiften dekker bruk av privat vei og leie av grunn til parkering. Parkeringsbillett kjøpes i salgsteltet på arena. Gyldig parkeringsbillett vises ved utkjøring fra parkeringsplassen.

## Salg av O-utstyr

Offtrack har utsalg på arena fredag.

Rune's O-utstyr har utsalg på arena lørdag og søndag.

## Premiering

Opp til 12 år	Premier til alle
13–16 år	1/3
35 år og eldre	Vinner
Øvrige klasser	1/8
Direkteklasser	Ingen
Lagkonkurransen	Premier til alle

Det utdeles MNM-medaljer til deltagere fra midt-norske klubber i mesterskapsklassene.

I klassene from 17 år, må det være minst 5 deltagere for å dele ut alle valører, 4

deltagere for å dele ut gull og sølv, og ved 3 eller færre deltagere, deles kun ut gull.

## Klasser og løypelengder, sprint/langdistanse

Løypelengder er foreløpige. Oppdaterte løypelengder kommer i PM.

Mesterskapsklasser:								
	Sprint, fredag				Langdistanse, lørdag			
Nivå	Klasse	Dist.	Klasse	Dist.	Klasse	Dist.	Klasse	Dist.
B	D13-14	2,3	H13-14	2,3	D13-14	3,5	H13-14	3,5
A	D15-16	2,5	H15-16	2,7	D15-16	4,0	H15-16	5,5
	D17-18	2,7	H17-18	2,9	D17-18	5,5	H17-18	7,0
	D19-20	2,9	H19-20	3,1	D19-20	6,0	H19-20	9,0
	D21-	3,0	H21-	3,3	D21-	8,0	H21-	12,0
					D35-	5,0	H35-	7,0
	D40-	2,4	H40-	2,9	D45-	4,0	H45-	6,0
					D50-	4,0	H50-	6,0
	D50-	2,4	H50-	2,7	D55-	3,5	H55-	5,5
					D60-	3,5	H60-	4,0
	D60-	2,1	H60-	2,4	D65-	3,5	H65-	3,5
					D70-	3,0	H70-	3,5
	D70-	1,8	H70-	2,1	D75-	3,0	H75-	3,0
					D80-	2,5	H80-	2,5
D80-	1,8	H80-	1,8	D85-	2,5	H85-	2,5	

**Øvrige klasser:**

	Sprint, fredag				Langdistanse, lørdag			
Nivå	Klasse	Dist.	Klasse	Dist.	Klasse	Dist.	Klasse	Dist.
N	N-åpen	1,5			N-åpen	1,5		
	D11-12N	1,7	H11-12N	1,7	D11-12N	2,5	H11-12N	2,5
	D13-16N	1,7	H13-16N	1,7	D13-16N	2,5	H13-16N	2,5
					D17-N	2,5	H17-N	2,5
C	D-10	1,7	H-10	1,7	D-10	2,5	H-10	2,5
	D11-12	1,7	H11-12	1,7	D11-12	2,5	H11-12	2,5
	D13-16C	1,7	H13-16C	1,7	D13-16C	3,0	H13-16C	3,0
	D17-C	1,7	H17-C	1,7	D17-C	3,0	H17-C	3,0
					Direkte C	2,5		
B					D15-20B	3,8	H15-20B	3,8
	Direkte	2,3			Direkte B	3,0		
A					D17-AK	4,0	H17-AK	6,0
					D45- AK	3,0	H45- AK	4,0
					Dir. AK	4,0	Dir. AL	6,0

## Klasser og løypelengder, stafett

Løypelengder er foreløpige. Oppdaterte løypelengder kommer i PM.

Mesterskapsklasser:					
Klasse	Distanser	Nivå	Klasse	Distanser	Nivå
D13-16	3,4 – 3,2 – 3,4	B – C – B	H13-16	3,4 – 3,2 – 3,4	B – C – B
D17- ***	5,1 – 5,1 – 5,1	A – A – A	H17- ***	7,1 – 7,1 – 7,1	A – A – A
D135 *	4,1 – 4,1 – 4,1	A – A – A	H135 *	4,9 – 4,9 – 4,9	A – A – A
D180 *	3,0 – 3,0 – 3,0	A – A – A	H180 *	3,8 – 3,3 – 3,8	A – A – A
Øvrige klasser:					
Mix **	3,4 – 2,5 – 4,9	B – C – A			
N-Åpen	1,8	N			
Direkte AL	4,9	A	Direkte B	3,8	B
Direkte AK	3,8	A	Direkte C	2,5	C

\*) Angir minimum samlet alder på laget. Minstealder: 35 år.

\*\*\*) Laget kan settes sammen uavhengig av alder, kjønn og klubbtilhørighet.

\*\*\*) Løpere i D/H16 kan løpe en etappe i D/H17-

Sammensatte lag i D/H13–16 deltar i MNM på vanlig måte. I øvrige klasser kan ikke sammensatte lag ta medalje i MNM.

Det oppfordres til at klubber stiller med sammensatte lag med hensikt å gi flest mulig løpere et stafetttilbud, men samtidig at sammensatte lag ikke prioriteres fremfor rene klubblag.

## Lagkonkurranse søndag

Det arrangeres lagkonkurranse beregnet på barn født fra og med 2006 til og med 2010. Hvert lag skal ha 3–5 deltagere. Hver deltager får før start utlevert et kart med et antall poster, der postene har ulik poengverdi. Hvert lag skal i løpet av 45 minutter samle så mange poeng som mulig. For hvert minutt laget går over tiden, gis minuspoeng. Noen av postene/strekkene har oppgaver som gir ekstra poeng. Laget skal løpe samlet over mål. Detaljert informasjon om lagkonkurransen kommer i PM.

## Barneparkering og småtroll

Det er tilbud om barneparkering på lørdag og småtroll-aktiviteter på alle løp. Småtroll kr 30,- pr dag, betales på arena.

## Overnatting

Arrangørene har ingen organisert overnatting, men for tips om overnattingssteder kan oversikten som ble laget til O-Festivalen i fjor brukes:

<http://2017.o-festivalen.no/overnatting/>

## Tur-orientering

Hvis du vil forberede deg i relevant terreng, eller om du bare har lyst på noen fine turer i Oppdalsterrenget i sommer anbefaler vi Freidig sin turorientering med poster på O-Festivalkartene fra i fjor samt fra Gjevilvasshytta. Du kan kjøpe turorienteringen på nett (<http://turorientering.no/oppdal>) eller hos VPG og Intersport i Oppdal.

## Organisasjon

	Sprint, fredag	Langdistanse, lørdag	Stafett, søndag
Løpsleder	Agnar Renolen <a href="mailto:agnar.renolen@gmail.com">agnar.renolen@gmail.com</a> Tlf: 404 60 504	Andreas Sylte <a href="mailto:andreas.sylte@outlook.com">andreas.sylte@outlook.com</a> Tlf: 958 77 791	
Teknisk delegert	Per Einar Pedersli, Trollelg	Haakon Arnesen, Byåsen	
Løypelegger	Øystein Kvaal Østerbø	Sturla Sæther	Johan Ivarsson